



埼玉ニュース No.93

発行責任者；公益社団法人 埼玉県栄養士会 広報部
〒330-0063 さいたま市浦和区高砂3-10-4 埼玉建設会館内
電話 048-866-7925・FAX048-866-7926 (事務局開設時間 9:00～16:00・月～金)
E-mail: s-eiyou@fancy.ocn.ne.jp
<http://www.saitamaken-eiyoushikai.or.jp>



《賀詞交歓会のお知らせ》

令和6年度埼玉県栄養士会賀詞交歓会を開催します。

会員相互の親睦、賛助会員、県や関連団体など、皆様との交流の場として開催します。会員様どなたでも参加できますので、お誘いあわせの上ご出席をお待ちしております。美味しい料理を満喫しましょう。

開催日 令和7年1月18日(土) 12:00～14:00

場 所 浦和ロイヤルパインズホテル 4階 ロイヤルプリンセス
さいたま市浦和区仲町2-5-1 (JR浦和駅西口下車徒歩10分)

対 象 埼玉県栄養士会会員・賛助会員

参加費 10,000円

申込方法 QRコードまたはURL; <https://forms.gle/vUcK5pL1Zu6bnnrZA>にて申込下さい。

締切日 12月2日(月)

QRコード



《研修会のお知らせ》

■第3回生涯教育研修会

日 時 令和7年2月22日(土) 10:00～16:10

<https://forms.gle/HgJWe8umAiDjvtTo9>

場 所 埼玉精神神経センター 会議室 7階

JR北与野駅より徒歩15分 さいたま市中央区本町東6丁目11-1 (駐車場あり)

内 容 10:00～11:30 【基本2-4】

講演Ⅰ エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023～栄養管理を中心に～

講師 埼玉医科大学病院 副院長 腎臓内科教授 岡田 浩一先生

ねらい CKDガイドライン2023について学び、エビデンスに基づいた栄養管理、栄養指導の実践に役立てる。

13:00～14:30 共催；アボットジャパン合同会社 【基本2-1】

講演Ⅱ 地域で取り組むフレイル予防～フレイル予防はまさにまちづくり～

講師 東京大学 未来ビジョン研究センター教授 高齢社会総合研究機構 機構長 飯島 勝矢先生

ねらい フレイル予防について、地域での取り組みについて学び、フレイル予防の実践、栄養管理、栄養指導に役立てる。また、まちづくりを意識した地域活動の実践に役立てる。

14:40～16:10 【実務FS23-119】

講演Ⅲ 認知症治療の最新情報と栄養(仮題)

講師 埼玉精神神経センター センター長 丸木 雄一先生

ねらい 認知症治療の最新情報について学び、食事への影響を理解し、どのような視点をもって栄養管理を行うかを学び、実践活動に役立てる。

参加費 6,000円/3,000円(会員割引) 締切り；2月18日(火) 定員；80名

参加資格 どなたでもご参加いただけます

※年間パスポートをお持ちの方は、各回に参加申し込みをし、当日パスポートを受付で提示願います。

※昼食は各自ご持参ください。7階レストランの利用ができます。

■JDA-DAT（日本栄養士会災害支援チーム）基本研修会

<https://forms.gle/bFTjUzDmRoQ1uSve9>

日本栄養士会では管理栄養士・栄養士の災害支援チーム育成のため、毎年 JDA-DAT リーダー育成研修会を開催しています。

埼玉県栄養士会では、日本栄養士会が開催するリーダー育成研修会への推薦条件をこの基本研修会修了者としています。

さらに、JDA-DAT リーダー育成研修会を修了することで JDA-DAT リーダーとして日本栄養士会に登録されます。この基本研修会の修了者は、JDA-DAT メンバーとして埼玉県栄養士会に登録されます。



日 時 令和7年2月1日(土)・2日(日) 10:00～16:00

場 所 埼玉県栄養士会研修室

- 2/1(土)内容 1. JDA-DAT について 講師；埼玉県栄養士会会長 平野孝則
 2. 埼玉県との災害対策と防災計画について 講師；埼玉県災害対策課交渉中
 3. 災害時の食事（パッキング演習含） 講師；埼玉県栄養士会副会長 前川哲雄
 4. 避難所に設置される物品を理解しよう（仮題） 講師；ミドリ安全株式会社
 5. JDA-DAT トーアス号の見学
 6. グループワーク
- 2/2(日)内容 1. 災害の理解と支援 講師；埼玉県栄養士会副会長 前川哲雄
 2. コミュニケーションスキル 講師；埼玉県栄養士会常任理事 関口礼子
 3. 栄養アセスメントと指導 ビデオ
 4. 事例に基づいて聞き取りをしてみよう（ロールプレイ演習）
 5. 避難所支援ゲーム（HUG）
 6. DiMs の案内と登録について

ねらい 災害時の JDA-DAT の基本的役割と活動内容を理解する。埼玉県栄養士会の JDA-DAT メンバーを増やすとともに、日本栄養士会のリーダー育成研修会に参加することで JDA-DAT リーダーの増員を目指す。

参加費 2,000 円 対象；会員 締切り；1月28日(火) 定員；30名

■医療事業部研修会

今回の診療報酬改定では「質の高い在宅医療・訪問看護の確保」として在宅療養支援診療所及び在宅療養支援病院における訪問栄養食事指導の推進が取り上げられています。実際に地域で活動した事例を聞き、自施設で実施していくためには何が必要なのか。情報交換をしましょう。日本栄養士会での最新情報も提供します。会員非会員問わず、お問い合わせの上、ご参加ください

<https://forms.gle/QztRmmJHb6C6aa3F6>

日 時 令和6年12月14日（土）13:00～16:30（受付 12:30～）

場 所 県内3会場のうちいずれか申込時にお選びください。

浦和会場；埼玉県栄養士会研修室／西部会場；埼玉石心会病院／北部会場；東都大学

テーマ 地域医療に栄養はどう関わっていけるのか！

参加費 2,000 円／1,000 円（会員割引） 締切り；12月9日（月）





人も地球も健康に

大好きな人に、 「ヤクルト」を。

埼玉ヤクルト販売株式会社
 〒336-0021 さいたま市南区別所2-37-17
 TEL.048(862)8960

埼玉東部ヤクルト販売株式会社
 〒337-0016 さいたま市見沼区東門前29
 TEL.048(685)8960

かぞヤクルト販売株式会社
 〒347-0031 加須市南町3-34
 TEL.0480(61)8960

埼玉西ヤクルト販売株式会社
 〒358-0021 入間市高倉5-11-1
 TEL.04(2964)8960

埼玉北部ヤクルト販売株式会社
 〒367-0021 本庄市東台4-8-4
 TEL.0495(21)8960

株式会社ヤクルト本社 首都圏支店
 〒105-8660 東京都港区海岸1-10-30
 TEL.03(6632)8960

■東部地域事業部研修会

<https://forms.gle/p3VBMWNykwXGR35F8>

日 時 令和6年12月1日(日) 10:00~11:30

場 所 春日部中央公民館 多機能学習室

東武野田線(アーバンパークライン)八木崎駅下車徒歩2分

テーマ 「免疫ケア～9割出来ていない、1割出来ている事～」 ※サンプルで免疫ケアを試してみよう

講 師 キリンビバレッジ(株) 免疫ケアアドバイザー

ねらい 免疫ケアの意識は断続的に上昇しているが、習慣化している人は1割という現実から、
管理栄養士・栄養士が知っておく免疫ケアを学ぶ

対 象 管理栄養士、栄養士

参加費 2,000円/1,000円(会員割引)



《申し込み方法》 ※①または②のいずれかの方法でお申し込みをしてください。

①参加 URL および QR コードを読み取って申し込みフォームで申込みをする。

②研修会申込書(HPにも掲載しています)をご記入のうえ FAX または郵送にて申込みをする。

埼玉県栄養士会研修会申込書 (FAX 用)

FAX 048-866-7926

研修会名		開催日	年	月	日開催
参加者名		会員番号			
連絡先 住 所	自宅 ・ 勤務先 (←どちらかに○) 〒	電話 FAX	-	-	-
勤務先		e-mail			
備 考					

《参加費納入方法》※①または②いずれかの方法で納入をしてください。

●申込締切日までに納入をお願いします。

口座名義：『公益社団法人埼玉県栄養士会』(①②共通)

①ゆうちょ銀行 〇一九店 当座 73219

②郵便振替口座 00170-1-73219

郵便振込通信欄に「研修会名・参加者名」を記入し納入してください。既納の受講料は原則返金できません。

*施設長あて文書が必要な方は、折り返し封筒に110円切手を貼付し宛名を明記し送付して下さい。

送付先：〒330-0063 さいたま市浦和区高砂3-10-4 埼玉建設会館内(公社)埼玉県栄養士会

業務用食材・献立付食材キット



あったか'市場

■取り扱い商品■

調味料・乾物品・冷凍食品・介護用食材・とろみ調整食品
日配品・資材など

■献立付き食材キット■

専属の栄養士が作成した
毎日の献立と材料セットが
届きます。毎月イベントに
合わせた行事食もあります

〒350-0244 埼玉県坂戸市森戸 53-1

URL: <https://attakaichiba.co.jp/>

TEL 049-279-1777

FAX 049-279-1888

《事務局からのお知らせ》

1. 最新の情報が掲載されています。[埼玉県栄養士会HP](#)をご活用ください。会員ページID・パスワード: saiei
2. Facebook、Instagramを始めました。『埼玉県栄養士会』で検索して、是非、ご活用ください。
3. 8月28日付 埼玉りそな銀行に「イリョウホウジン コウワカイ」名で15,000円の振り込みがありました。お心当たりの方は事務局までご連絡をお願いいたします。

《栄養一口メモ》 ビタミン・ミネラルについて

栄養計画や献立を作成する際には日本人の食事摂取基準を参考にすることが多いと思います。現在日本人食事摂取基準（2025年版）の策定行われています。ビタミン・ミネラルに関しては各項目での課題が挙げられており、特にその効果や過剰症などの論文やデータを収集し検討していく方向となっています。特にビタミンKに関しては不足と骨折リスクであると示唆する文献も少なくないとされ研究が必要となっています。薬剤との相互作用の問題からビタミンK制限を行う場合もあり、新たな日本人の食事摂取基準でどのような設定となるのか確認していく必要があります。ビタミン・ミネラルは体に無くてはならない栄養素です。不足や過剰に配慮し献立を作成しましょう。

食事摂取基準（2020年版）における課題について【各論】（つづき）

栄養素等		課題
脂溶性 ビタミン	ビタミンA	・これまでビタミンA過剰症に関しては、急性毒性が注目されてきたが、上記骨折リスクのように慢性的過剰摂取による疾患リスク増大に関する検討も必要である。
	ビタミンD	・日本人における日照曝露時間、ビタミンDの習慣的摂取量及び血清 25-ヒドロキシビタミンD濃度の相互関係に関する信頼度の高いデータが必要である。
	ビタミンK	・近年、ビタミンK不足は、種々の疾患リスクと関連すると報告されており、その中で注目されるのは骨折リスクである。骨における必要量は、肝臓における必要量より大きいことが知られており、また介入の効果については異論があるものの、観察研究においては、ビタミンK不足は骨折リスクであることを示唆するものが少なくないことから、今後この点に関する研究が更に必要である。
水溶性 ビタミン	ビタミンB ₁₂	・ビタミンB ₁₂ については、血液学的性状を適正に維持するために必要な量に加えて、ビタミンB ₁₂ を必要とする二つの酵素活性を十分に発揮させることができるビタミンB ₁₂ 摂取量も考慮して、必要量を算定するという考えもある。こうした中、従来から使用されている推奨量24μg/日は、ビタミンB ₁₂ の適正な栄養状態を維持するには低い可能性を示唆する論文が出始めており、今後の知見の蓄積次第では、更なる検討が必要となる可能性がある。
多量 ミネラル	ナトリウム/ カリウム	・近年の報告では、ナトリウム、カリウムの摂取量は食事調査に加えて、24時間尿中排泄量の値を用いるようになってきている。摂取量の評価方法について検討、整理することが必要である。
	カルシウム	・食事摂取基準として、骨粗鬆症、骨折を生活習慣病として扱うかどうか、そして、そこにおけるカルシウムの意義について検討する必要があると考えられる。 小児について、我が国の摂取レベルでのカルシウムの骨形成や骨折等への影響を見た研究は少なく、今後の検討が必要である。 また、高齢者については、カルシウム摂取量とフレイル予防との関連を検討した研究も少なく、研究の蓄積と研究結果の検討が望まれる。
	マグネシウム	・生活習慣病（高血圧、糖尿病）との関わりについて、継続して検討が必要である。
	リン	・リン必要量の算定のために、生体指標を用いた日本人のリン摂取量に関するデータが必要である。

文献：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2025年度版）」策定検討会 資料より
(文責 秋山好美)

埼玉近郊の業務用食材や調味料仕入れの事ならお任せください。

給食・介護向け食材の頼れるパートナー

GOS 株式会社 オギソ

取り扱い商品は約 10,000 アイテム

お探しの食材がきっとみつかります。食材・レシピの事なら何でもご相談ください。

本社 さいたま市大宮区上小町 152-2 TEL 048-644-1234 <https://www.ogiso.jp/>

Eat Well. Live Well.

Aj
AJINOMOTO

つけ込み10分で

やわらかしっとり 調味料

速効タイプ



Point.1

|自然な
やわらかさ!

Point.2

食塩相当量
0.02g!

Point.3

10分で
効果を発揮!

下ごしらえに加えるだけで
やわらか、しっとり! 2!



お魚に!



お肉に!



お野菜にも!

栄養成分
表示
(100g当
たり)

エネルギー 206kcal
たん白質 4.4g
脂質 1.0g
炭水化物 47.3g
食塩相当量 0.2~1.3g

アレルギー情報

特定8品目: なし
特定に準ずる20品目: なし

※カリウム

.....17,800mg

※リン

.....11.5mg

①水または調味液に本品を
よく溶かしてください。本
品の使用量は肉・魚100gあ
たり1.5gが目安です。



②食材(肉・魚)の表面全
体が浸るように①を加え、
冷蔵庫で10分以上つけ込ん
でください。
※前日仕込みも可能です。



③所定のつけ込み時間が
経ったら液切りし、いつも
通り調理してください。
※本品を使用した肉類は、十分
に加熱してください。



使い方ご説明動画



詳しい使い方のご説明はこ
ちらの2次元コードを読み取
り動画をご確認ください

病院・高齢者施設給食に携わる
栄養士の皆さま!



AJINOMOTO 業務用
LINE公式アカウント
配信中!

今すぐ
友だち登録を。

※毎月のイベント行事食
※低栄養予防の工夫
※減塩、スチコン調理など、
6,000種以上のレシピ
などのお役立ち情報を
お届けします。



2次元コードを
読み取って、「追加」で
登録完了です。

